



ITS

Infecciones de  
Transmisión  
Sexual

*Lo que usted debe saber*

## Infecciones de transmisión sexual (ITS): Lo que usted debe saber

### ¿Qué son las ITS?

Las ITS son infecciones que las personas contraen al tener relaciones sexuales con alguien que las tenga. Existen muchos tipos diferentes de ITS. Las ITS más comunes son la clamidia, el herpes, las verrugas genitales y la tricomoniasis. Pero la gonorrea, el VIH y la sífilis son más comunes de lo que pueda imaginar. Casi la mitad de todas las personas se contagia una ITS en algún momento de su vida.

Toda persona que tenga un contacto sexual con el pene, la vagina, la boca o el ano podría contagiarse una ITS.

- Puede contraer una ITS con sólo una vez que tenga relaciones sexuales.
- Puede contraer la misma ITS más de una vez.
- Puede tener más de una ITS al mismo tiempo.

La única manera segura de protegerse de contraer una ITS es no tener relaciones sexuales. Pero existen otras formas de reducir la probabilidad de infectarse.

### ¿Qué me puede suceder si me contagio una ITS?

Algunas ITS pueden afectar su habilidad de tener hijos más adelante. Además, pueden provocar malformaciones o enfermedades en los bebés. Algunas ITS son dolorosas, pero otras pueden provocar problemas aún si no hay dolor. Además, la mayoría de las ITS le aumentan el riesgo de contraer el VIH.

La mayoría de las ITS se pueden curar si se tratan de inmediato. Otras, como el VIH y el herpes, no se pueden curar aunque sí se pueden controlar con medicinas.

### ¿Cómo puedo saber si mi pareja tiene una ITS?

La mayoría del tiempo, no se puede saber si una persona tiene una ITS con sólo mirarla. Una persona puede lucir sana aunque tenga una ITS. Es muy común que la persona tenga una ITS y no lo sepa.

### ¿A qué debo estar atento?

Muchas ITS no presentan signos ni síntomas o presentan signos que sólo duran poco tiempo. Hágase una revisión médica si:

- Piensa que su pareja podría haber tenido relaciones sexuales con otra persona.
- Ha tenido relaciones sexuales con más de una persona durante el último año.
- Usted ha tenido relaciones sexuales con una pareja nueva dentro de los últimos tres meses.

Realícese una revisión de inmediato si siente u observa alguno de estos signos:

- Ardor o dolor al orinar.
- Un cambio en el flujo u olor de la vagina o del pene.
- Picazón, ardor o dolor en la vagina o el pene.
- Llagas, ampollas, sarpullido, hinchazón o formación similar a las verrugas en o alrededor de la vagina o el pene. Estos podrían doler o no.



## Protéjase de contraer una ITS.

- **Use un condón cada vez que tenga relaciones para reducir la probabilidad de contraer una ITS.**  
El condón de látex o plástico (poliuretano) es el mejor. El condón para la mujer cubre la vagina de la mujer. El condón para el hombre se coloca sobre el pene del hombre. Puede comprar condones en una farmacia o en el supermercado. Además, los clientes del programa Family PACT los pueden obtener gratis de un médico de Family PACT o de una farmacia con receta del médico de Family PACT.
- **Ningún otro método anticonceptivo, excepto los condones, lo protege contra las ITS.**  
Use un condón (para mujer o hombre) junto con su anticonceptivo para reducir la probabilidad de contraer una ITS.
- **Limite las parejas sexuales que tiene.**  
El hecho de tener relaciones sexuales con más de una persona lo coloca en riesgo de contraer una ITS. Si usted o su pareja tienen relaciones con otras personas, use un condón para ayudarle a prevenir una ITS.
- **Acérquese pero sin compartir líquidos corporales.**  
El hecho de abrazarse y tocarse es más seguro porque no se comparten líquidos corporales (semen, líquidos vaginales ni sangre). Cualquier tipo de relación es más riesgosa cuando se comparten líquidos corporales.
- **Algunas infecciones se contraen al tocarse.**  
El herpes y las infecciones por VPH (virus del papiloma humano) que provocan verrugas genitales se pueden contraer a través del contacto genital piel con piel, aún cuando no hay ninguna señal de infección. Si usted o su pareja tienen un brote de herpes o verrugas genitales, no se toquen las llagas.
- **Vacúnese.**  
La vacunación puede evitar la infección por VPH y la protege del cáncer de cérvix y de las verrugas genitales. Esta vacunación funciona mejor cuando se aplica antes de la primera vez que una persona tiene relaciones sexuales.

- **Tome buenas decisiones.**  
Por estar ebrio o drogado, usted puede correr riesgos, como tener relaciones sexuales sin usar condón.
- **No se sienta presionado a tener relaciones sexuales.**  
Es su cuerpo y su decisión si tener o no relaciones sexuales. Decida de antemano qué es lo adecuado para usted. Evite situaciones en las que le resulte difícil negarse o insistir en el uso del condón.

## Si tiene una ITS, cuídese.

- **Hágase tratar.**  
Tome sus medicinas como el médico le indica.
- **Después del tratamiento para la gonorrea, la clamidia o la sífilis, asegúrese de volver a hacerse las pruebas.**  
El médico le indicará cuándo regresar para otra prueba.
- **Pídale(s) a su(s) pareja(s) que se haga(n) tratar.**  
Aunque cueste decir algo, cuénteles a su(s) pareja(s) sobre su infección. Deben saberlo para que puedan recibir tratamiento. De esa manera no se contagiarán una y otra vez. Su médico puede aconsejarlo sobre las diferentes maneras para que su pareja se haga tratar. Y recuerde no tener relaciones con su pareja hasta que también haya terminado su tratamiento.
- **Pregunte a su médico cuándo podría tener relaciones sexuales de nuevo.**



## Planifique con anticipación.

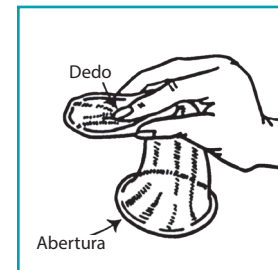
- No siempre es fácil conversar con la pareja sobre las ITS. Pero es importante ser honesto sobre su deseo de proteger su salud sexual. Es posible que su pareja desee lo mismo y no sepa cómo conversar sobre eso.
  - Hable con su pareja sobre realizarse análisis para detectar ITS. Hasta entonces, use condones para prevenir infecciones.
  - Si usted y su pareja desean sólo tener relaciones sexuales entre sí, entonces sea firme en usar condón es hasta que ambos se hayan hecho las pruebas (y si fuera necesario, se hayan tratado) por las ITS.
  - Continúe usando condones hasta que esté seguro de que su pareja no tiene otras parejas.
  - Si usted o su pareja tienen otras parejas sexuales, entonces conversen sobre el hecho de usar siempre condones cuando tengan relaciones.
- Piense lo que desea decir de antemano. Hablando con amigos, familiares o con un médico puede ayudarle a resolver qué decir y cómo decirlo. Tal vez, le sea útil practicar con un amigo o frente al espejo.
- Un buen momento para hablar sobre los análisis para detectar ITS y el uso de condones es cuando esté a solas y tranquilo con su pareja. No espere hasta estar excitado o al momento de tener relaciones para conversar al respecto. En momentos acalorados, es fácil olvidarse de tener relaciones más seguras y mantenerse sano.
- Hay muchas maneras de conversar sobre los análisis para detectar ITS y el uso de condones. Busque una manera que funcione para usted. Puede decir:
  - “Realmente me gustaría tener relaciones sexuales contigo si usamos condones. Usando condones nos protege a los dos”.
  - “Sabes, las relaciones sexuales son mejores para mí si sé que ambos estamos protegidos. Vamos a usar condones”.

## Cómo usar los condones.

Los condones protegen mejor si se colocan de manera correcta. Asegúrese de que los condones no sean viejos. Busque la fecha de vencimiento impresa en el paquete. Cuando abra el condón, tenga cuidado de no rasgarlo. Nunca use un condón más de una vez. Sólo debe usarse una vez.

### Así deben usar el condón los hombres:

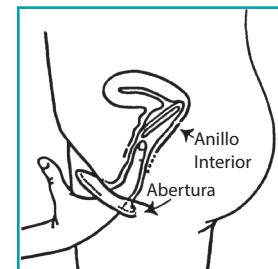
- Sostenga la punta del condón para extraer el aire.
- Coloque el condón en el pene erecto antes de que se acerque a la vagina de la mujer.
- Continúe sosteniendo la punta del condón mientras lo desenrolla todo sobre el pene, hasta la base.
- Después de la relación sexual, sostenga el condón mientras el pene sale de la vagina.
- Arrójelo en la basura y no en el inodoro.



- Use un lubricante personal a base de agua. No use nada a base de aceite como vaselina, aceite mineral, aceite para masajes, o loción para las manos o la cara porque esto hace que el condón se rompa con facilidad.

### Así deben usar el condón las mujeres:

- Apriete el anillo interior.
- Coloque el anillo interior en la vagina.
- Con el dedo, empuje el anillo interior lo más adentro que pueda. El anillo exterior permanece fuera de la vagina.
- Guíe el pene a través del anillo exterior.



## Aprenda más sobre las ITS.

- Llame a su médico de Family PACT al \_\_\_\_\_  
Número de teléfono de su médico
- Llame al Centro para el Control de Enfermedades al 800-232-4636
- Visite Family PACT en [www.familypact.org](http://www.familypact.org), haga clic español
- Visite el Centro para el Control de Enfermedades en [www.cdc.gov/std](http://www.cdc.gov/std), haga clic español
- Visite La Asociación Americana de la Salud Social en [www.quierosaber.org](http://www.quierosaber.org)

## Busque un médico en su área.

- Llame al Programa Family PACT al número 800-541-5555 o 800-942-1054 (información grabada)
- Ingrese su código postal para buscar un médico en [www.familypact.org](http://www.familypact.org)

**Todos los métodos anticonceptivos de Family PACT son gratis para los clientes de Family PACT. Pruebas y tratamiento de las ITS son gratis para los clientes de Family PACT cuando son parte de una visita de**



© 2011 Department of Health Care Services, Office of Family Planning.  
All Rights Reserved. For additional copies, go to: [www.familypact.org](http://www.familypact.org), Providers, Client Education Materials.

Las personas en las fotos son modelos. Las fotos se usan sólo como efecto ilustrativo.

**OF2533 STI Booklet SPN**